

Bien-être

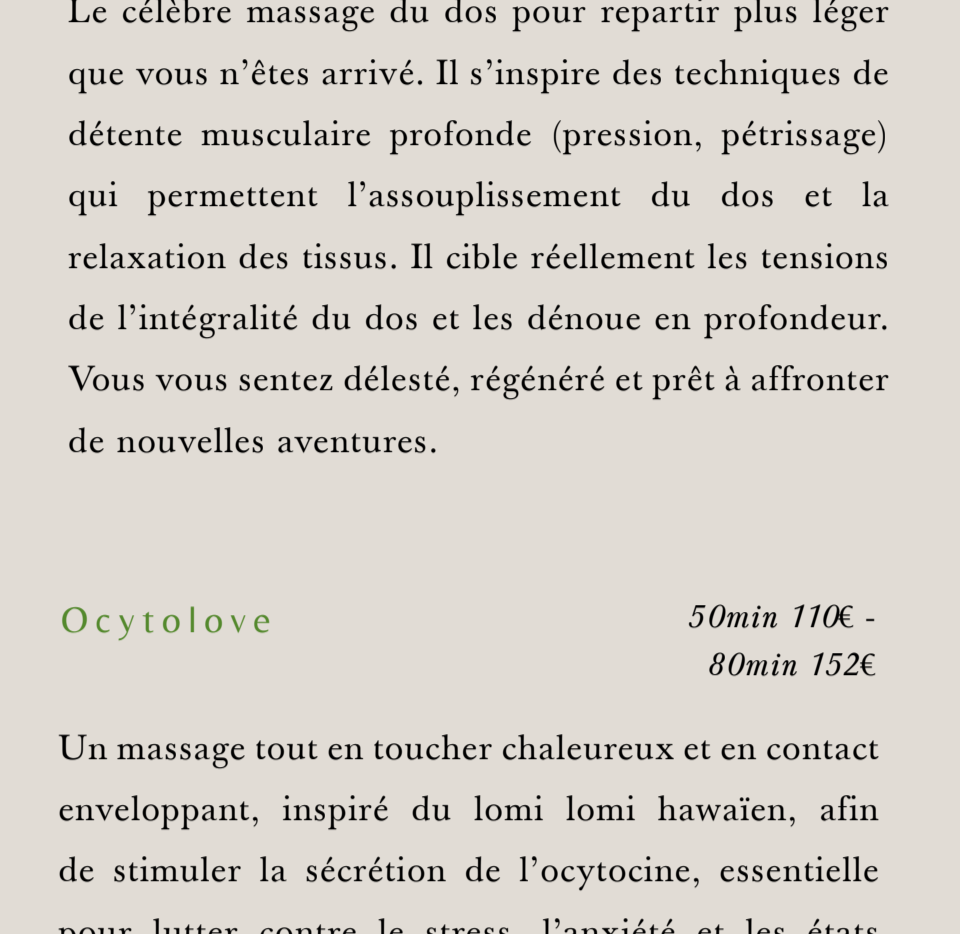
RUE DE LA MER PLOUIDER

Nous aimons croire que nos clients sont une famille et nous souhaitons qu'ils se sentent ici comme à la maison. De l'ancienne auberge traditionnelle, nous avons conservé cet état d'esprit.

S'inspirer de la force de la région, de la force du vivant, de nos producteurs et artisans, est notre chemin au quotidien.

Solène & Nicolas Conraux

MASSAGES CORPS HO KARAN



Anti burn out 80min 152€

Le soin signature HO KARAN, déstressant et régénérant, procure un moment de profonde relaxation. Ce soin holistique relâche l'ensemble des tensions du corps, de la tête aux pieds. Il allie un soin et modelage du visage pour faciliter le lâcher prise et un massage du corps complet pour détendre les tissus musculaires profonds.

We have your back 50min 110€

Le célèbre massage du dos pour repartir plus léger que vous n'êtes arrivé. Il s'inspire des techniques de détente musculaire profonde (pression, pétrissage) qui permettent l'assouplissement du dos et la relaxation des tissus. Il cible réellement les tensions de l'intégralité du dos et les dénoue en profondeur. Vous vous sentez délesté, régénéré et prêt à affronter de nouvelles aventures.

Ocytolove 50min 110€ - 80min 152€

Un massage tout en toucher chaleureux et en contact enveloppant, inspiré du lomi lomi hawaïen, afin de stimuler la sécrétion de l'ocytocine, essentielle pour lutter contre le stress, l'anxiété et les états moroses. Essentiellement orchestré par les mains et les avant-bras à travers de grands mouvements fluides et rythmés, ce massage délasse le corps et soulage les tensions musculaires tout en apaisant le système nerveux et en chassant les mauvaises pensées et émotions négatives. Laissez-vous bercer par la douceur maternelle de ce soin.

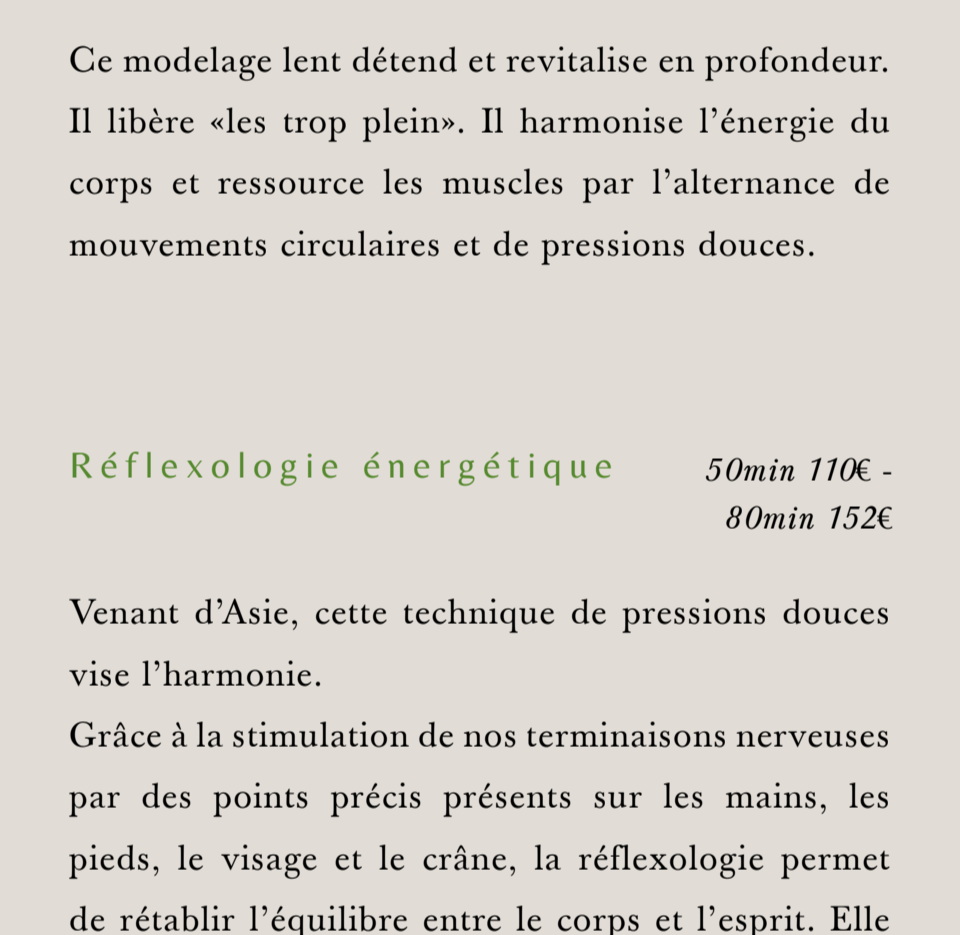
Deep relax 50min 110€

Appuyé et intense, ce massage complet vous procurera une relaxation optimale, un soulagement musculaire et articulaire de l'intégralité du corps. Ses manœuvres profondes et toniques favorisent un état de bien-être récupérateur suite à un effort physique ou face à des nœuds de stress récalcitrants.

West Coast 50min 110€ - 80min 152€

West Coast est la réinterprétation bretonne du massage californien. C'est le roi des massages car il incarne le mariage idéal de la douceur et de la tonicité, avec ses pressions appuyées et ses gestes enveloppants.

NOS SOINS



Notre suggestion :

Modelage signature 50min 110€ - 80min 152€

Inspiré de la réflexologie faciale, palmaire et plantaire, ce soin du corps et du visage associe une détente musculaire du haut du dos à un modelage du cuir chevelu, du visage, des mains et des pieds.

Modelage Tui Na rééquilibrant 50min 110€ - 80min 152€

Ce modelage chasse la fatigue du corps et de l'esprit pour rééquilibrer les énergies. Les gestes sont précis, chassés et appuyés afin de libérer les blocages énergétiques et réduire la tension nerveuse. Le corps est détendu et retrouve toute sa vitalité.

Modelage Thaïlandais décontractant 50min 120€ - 80min 170€

Inspiré du massage traditionnel thaïlandais et des techniques de Shiatsu, ce soin complet est un concentré de vitalité et de relaxation. Ce massage détend en douceur les muscles, dénoue les tensions, rééquilibre les énergies. Les étirements assouplissent le corps et améliorent le bien-être corporel.

Modelage Ayurvédique 50min 110€ - 80min 152€

Ce modelage lent détend et revitalise en profondeur. Il libère «les trop plein». Il harmonise l'énergie du corps et ressource les muscles par l'alternance de mouvements circulaires et de pressions douces.

Réflexologie énergétique 50min 110€ - 80min 152€

Venant d'Asie, cette technique de pressions douces vise l'harmonie. Grâce à la stimulation de nos terminaisons nerveuses par des points précis présents sur les mains, les pieds, le visage et le crâne, la réflexologie permet de rétablir l'équilibre entre le corps et l'esprit. Elle atténue les tensions, dynamise et relance l'énergie vitale, tout en diminuant les blocages émotionnels et énergétiques.

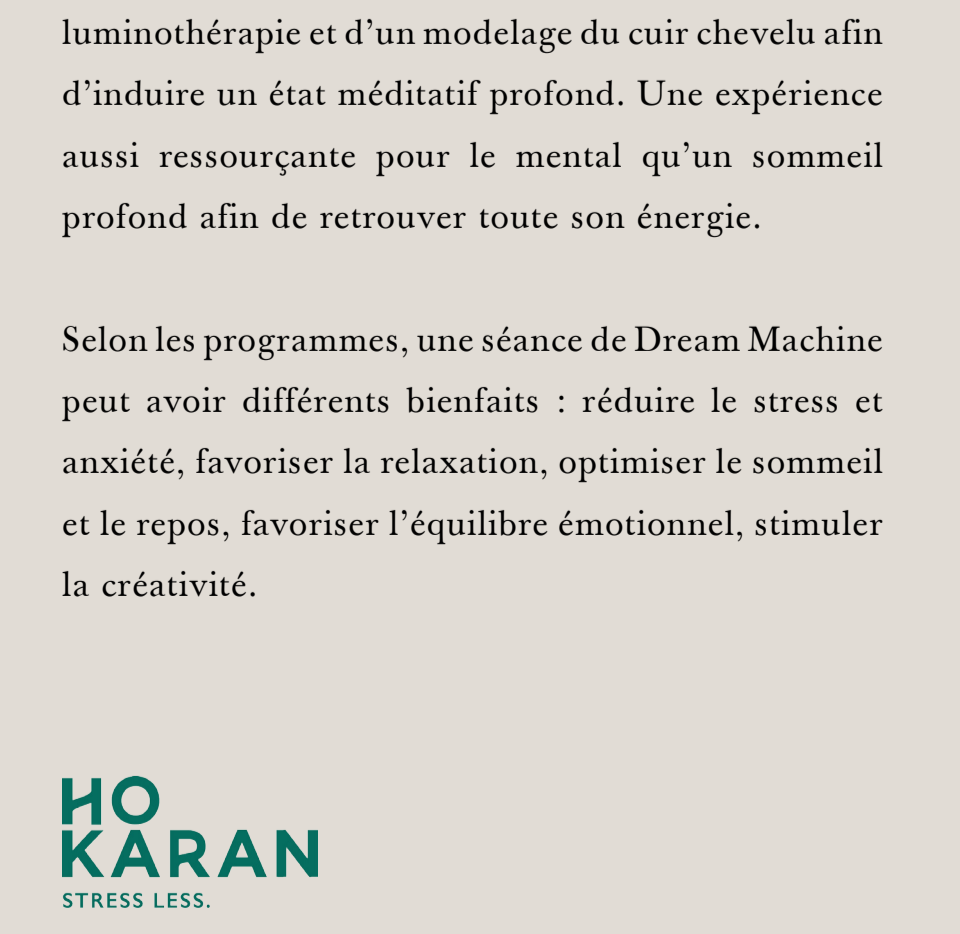
Réflexologie abdominale 50min 110€ - 80min 152€

Afin que le corps retrouve son propre rythme, Pauline propose une approche globale du corps avec un travail respiratoire important tout au long du soin permettant d'« ouvrir » le corps et l'esprit au soin à venir. Les manœuvres sont lentes, douces et précises sur les organes du ventre, du dos, de la tête et du visage.

Soin femmes enceintes 50min 110€

Ce modelage conçu spécifiquement pour les femmes enceintes est à la fois doux, très enveloppant et tonique afin d'améliorer la circulation sanguine et de soulager les inconforts des jambes et du dos. A partir du 3ème mois de grossesse et jusqu'au terme de la grossesse.

SOINS DU VISAGE HO KARAN



Ready to glow 50min 110€

C'est le soin qui apporte de l'hydratation et de l'éclat à la peau. Ce soin est un véritable shot d'acides hyaluroniques hydratants et de vitamines effet bonne mine, boostés par le savoir-faire ancestral des grands gestes du massage (shiatsu du visage et longs lissages). Le résultat est une oxygénation et un embellissement immédiat de la peau qui est repulpée et glossy comme un fruit gorgé d'eau.

Uplifting 80min 152€

C'est le soin qui rehausse la peau et le moral ! Un massage unique qui combine les gestes ancestraux (kobido, palper-rouler) et les instruments traditionnels, à l'efficacité moderne du CBD et à la stimulation du système sanguin et lymphatique. Repartez avec un sentiment de jeunesse intérieure et extérieure. Les traits sont lissés et les tissus raffermis.

MASSAGE DE L'ESPRIT HO KARAN



Dream machine 50min 110€

Plongez dans l'expérience inédite et innovante des massages de l'esprit.

Confortablement installé dans notre cabine de relaxation, explorez vos territoires inconscients, dans un état profond de relaxation, grâce à la technologie de photostimulation.

La Dream Machine est une expérience simple et accessible, permettant d'aller chercher des états profonds de relaxation qui nécessiteraient plusieurs années de pratique de méditation ou d'auto-hypnose par des stimulations sonores. Dans cette cabine de relaxation mentale, profitez des bienfaits de la luminothérapie et d'un modelage du cuir chevelu afin d'induire un état méditatif profond. Une expérience aussi ressourçante pour le mental qu'un sommeil profond afin de retrouver toute son énergie.

Selon les programmes, une séance de Dream Machine peut avoir différents bienfaits : réduire le stress et l'anxiété, favoriser la relaxation, optimiser le sommeil et le repos, favoriser l'équilibre émotionnel, stimuler la créativité.

HO KARAN
STRESS LESS.

RUE DE LA MER
PLOUIDER

www.labutte.fr

Prix TTC en euros, service compris

Paiements acceptés : CB Visa et Mastercard, AMEX, espèces, chèques, chèques vacances

Les produits de notre carte sont tracés et peuvent contenir des allergènes, gluten, arachides, fruits à coques. Liste consultable sur simple demande.